

BEWEGUNGS- KOMPASS

für Familien in Bürgerfelde/Dietrichsfeld

Ein Gemeinschaftsprojekt von

NIEDERSÄCHSISCHE
KINDERTURN
STIFTUNG 

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

Impressum

Herausgeber:

Geschäftsstelle 3F – Fit for Family
 Niedersächsische Kinderturnstiftung
 Maschstraße 18 · 30169 Hannover
 info@3f-fitforfamily.de
 www.3f-fitforfamily.de

KKH Kaufmännische Krankenkasse
 Hauptverwaltung
 Karl-Wiechert-Allee 61 · 30125 Hannover
 setting@kkh.de
 www.kkh.de/praevention

Gestaltung und Layout:
 www.pries-werbung.de

Gefördert durch:



Erscheinungstermin:
 April 2022

Trotz ausführlicher Recherche können die Inhalte von aktuellen Gegebenheiten abweichen. Alle Angaben sind ohne Gewähr.



Ein Gemeinschaftsprojekt von



Inhalt

Seite



Vorwort

4



3F - Fit for Family

7



Informationen

9



Spielplätze & Bewegungsflächen

19



Sportvereine & Angebote

25



Einrichtungen & Angebote

31



Stadtteilkarten

35



Stadtteiltouren

41



Liebe Leserinnen und Leser!

Bewegung im Alltag kommt bei vielen von uns häufig zu kurz – das kenne ich aus meinem eigenen Leben. Aber es gibt genug Gründe, das zu ändern. Bewegung macht nicht nur Spaß, sie ist auch ganz besonders wichtig für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Gerade Kinder brauchen für ihre körperliche und geistige Entwicklung vielfältige Bewegungsangebote – und das jeden Tag. Und je älter wir werden, umso mehr sollten wir darauf achten, weiterhin aktiv zu bleiben.

Das Präventionsprojekt 3F - Fit for Family will deshalb die Freude an Bewegung im Alltag, insbesondere von Familien fördern. Diesem Ziel hat sich die Niedersächsische Kinderturnstiftung gemeinsam mit der KKH Kaufmännischen Krankenkasse verschrieben. Dank des Stadtsportbunds Oldenburg e.V. und des Bürgerfelder Turnerbundes e.V. (BTB), starten wir nun auch in Oldenburg mit einem vielfältigen Bewegungsangebot: in Bürgerfelde und Dietrichsfeld.

Diese Broschüre gibt Ihnen eine gute Orientierungshilfe, um Plätze in Ihrem Stadtteil zu finden, an denen gespielt, gebolzt oder geturnt werden kann. Und Sie können sich ganz leicht informieren, was einzelne Einrichtungen Ihnen anbieten, um sich fit zu halten und neue Aktivitäten auszuprobieren.

Über allem steht die Devise: Mehr Bewegung fördert die motorische, kognitive und soziale Entwicklung von Kindern und beugt Bewegungsarmut und gesundheitliche Beschwerden vor. Das sind doch gute Gründe, um sich und die Familie zu motivieren und loszulegen.

Viel Spaß wünscht Ihnen,

Jürgen Krogmann
Oberbürgermeister der Stadt Oldenburg



Gesundheit durch Bewegung im Alltag!

Als Biologe erlaube ich mir einen biologischen Blick auf den Sport: In der Tierhaltung sprechen wir von „artgerechter Tierhaltung“. Ausgangspunkt für Gesundheit ist immer eine an die Bedürfnisse des Organismus angepasste und damit natürliche Lebensweise. Der Mensch hat sich als Spezies in der Evolution an die natürlichen Bedingungen vor der Steinzeit angepasst. Menschen lebten damals in überschaubaren Großfamilien, in und mit der Natur und immer in Bewegung. Kinder lernten in der Gemeinschaft aller Generationen und waren ebenso ständig in Bewegung. Heute leben Menschen in Städten unter den unnatürlichen Bedingungen einer „Massenmenschhaltung“. Die Erfindung des Stuhls war aus Sicht der Gesundheitsprävention eine der schlechtesten Erfindungen des Menschen. Wir bewegen uns zu wenig und zu monoton!

Sportvereine kombinieren im Idealfall das Modell einer gedachten „Großfamilie“ mit dem Konzept von vielfältiger Bewegung und sozialem Lernen; dabei ist der Verein auch noch Begegnungsstätte der Generationen. Sportvereine können zur „artgerechten Menschenhaltung“ erheblich beitragen. Sportvereine sind Stätten der gesundheitlichen Prävention!

Das Projekt 3F - Fit for Family holt die Menschen in ihrer Alltagswelt ab und vermittelt Wege zu gesunden Lebenswelten. Der Stadtsportbund Oldenburg e.V. unterstützt dieses Vorhaben und versucht zusammen mit seinen Mitgliedsvereinen und den Netzwerkpartnern der Stadt die Rahmenbedingungen für eine „menschengerechte“ Prävention in den Lebenswelten der Menschen zu verbessern.

Ich danke im Namen des Stadtsportbunds Oldenburg e.V. der Niedersächsischen Kinderturnstiftung und allen Beteiligten für Ihr Engagement und bitte Eltern, Kinder und Familien um tatkräftige Unterstützung für lebenswerte Bewegungswelten in einer liebenswerten Stadt.

Dr. Gero Büsselmann
Vorstandsvorsitzender Stadtsportbund Oldenburg e.V.



Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Das Bewegung gesundheitsförderlich ist, wissen wir in der Regel. Bewegung bereitet aber auch viel Freude und schafft Gemeinschaft. Dabei muss es nicht immer gleich der große Wettkampf sein. Als großer Breitensportverein stehen wir für eine freizeit-orientierte Bewegungsförderung in der Gemeinschaft: Mit anderen Kindern, mit der Familie und Freunden. Über das gemeinsame Interesse an Bewegung finden bei uns - unabhängig von gesellschaftlichem Status - Menschen verschiedener Herkunft und Altersklassen zusammen. Über den Sport entsteht so eine zwanglose Gemeinschaft, die oft auch über den eigentlichen und eher zufälligen Grund des Zusammentreffens hinaus, ehrliche soziale Teilhabe entstehen lässt.

Familien spielen für uns seit jeher eine übergeordnete Rolle unter unseren Zielgruppen. Der Bürgerfelder Turnerbund e.V. (BTB) versteht sich nicht nur als Partner, sondern viel mehr als lebensbegleitende Einrichtung für Familien. Wir entwickeln uns ständig weiter und passen unsere Angebote an die sich verändernden Lebensumstände und die Gesellschaft an. So öffnen wir uns als Verein immer weiter: Wir engagieren uns als primärer Kooperationspartner im schulischen Ganztage in Dietrichsfeld und holen die Kinder heute mit Bewegungsangeboten in der Schule ab, kooperieren mit Kindertagesstätten und unterstützen mit unserem fachlichen KnowHow, aber auch unserer attraktiven Sportstätteninfrastruktur.

Gemeinsam mit der Niedersächsischen Kinderturnstiftung, dem Stadtsportbund Oldenburg e.V. und weiteren Partnern engagieren wir uns im Projekt 3F - Fit for Family um die Vorteile von Bewegung und die wertvollen positiven Einflüsse auf Kinder und Familien gezielt im Stadtteil Bürgerfelde/Dietrichsfeld weitertragen zu können.

Jürgen Carstens
Vorstandsvorsitzender BTB Oldenburg e.V.

3F – FIT FOR FAMILY



Angebote

- **3F-Wissensspeicher**
mit Bewegungsideen,
Infos zur kindlichen Entwicklung,
Adressen und mehr:
3f-fitforfamily.de/wissen
- **3F-Bewegungsmaterialien**
Print und Digital für Einrichtungen
und zu Hause:
3f-fitforfamily.de/material
- **3F-Spielpläne**
„Mensch beweg' dich!“
zur Ausleihe beim BTB e.V.:
moin@btb-oldenburg.de
- **3F-Stadtteiltouren**
mit Geh- und Radtouren (ab S. 41):
komoot.de/discover
- **3F-Termine & Bewegungsaktionen**
in Bürgerfelde/Dietrichsfeld:
[3f-fitforfamily.de/
aktuelles#OldenburgBfDf](https://3f-fitforfamily.de/aktuelles#OldenburgBfDf)
- **Social Media**
mit Bewegungsideen, Best Practice
und Informationen für Familien und
Multiplikator*innen:
[facebook.com/
KinderturnstiftungNds](https://facebook.com/KinderturnstiftungNds)
[instagram.com/
kinderturnstiftungnds/](https://instagram.com/kinderturnstiftungnds/)

Vernetzung

- für Sozialraumpartner*innen und
am Thema Bewegung interessierte
Multiplikator*innen
- Partizipation, Erfahrungsaustausch,
Informationen und Kooperationen
- Entwicklung von niedrigschwelligen
Angeboten
- Kontakt:
moin@btb-oldenburg.de
gwa-dietrichsfeld@stadt-oldenburg.de

Steuerungsgruppe

- Mitglieder:
Nds. Kinderturnstiftung,
Stadtsporthund Oldenburg e.V. (SSB),
Bürgerfelder Turnerbund e.V. (BTB),
Gemeinwesenarbeit Dietrichsfeld
(GWA)
- Koordination Projektverlauf

INFORMATIONEN





Teilhabe für Familien

STADT SPORT BUND OLDENBURG E.V.

» Infos zu OldenburgCard und Oldenburg-Pass

Spaß & Sport = in deinem Verein vor Ort!

Niedersachsen LandesSportBund Niedersachsen e.V.

Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanz-Hilfe des Landes Niedersachsen



DE

OldenburgCard, Oldenburg-Pass & Sport-Gutscheine

Für alle Oldenburger Kinder und Jugendliche aus Familien mit Arbeitslosengeld II, Sozialgeld-, Grundsicherungs-, Wohngeld- oder Sozialhilfeempfänger oder Asylsuchende

OldenburgCard

// WAS?
 Monatlich 15€ für die Teilhabe an Vereinsangeboten! Diese werden direkt von der OldenburgCard abgebucht. Das Geld wird nicht bar ausgezahlt.

// WO?
 1. Jobcenter Oldenburg
 Empfänger von Leistungen nach dem SGB II
 2. Amt für Bildung und Teilhabe
 Empfänger von Leistungen nach dem SGB XII, Wohngeld, Kinderzuschlag oder AsylbLG

// TIPPS & INFOS
 Schreiben Sie den Namen des Kindes auf die Karte! Schreibweise wie im amtlichen Dokument

Guthaben-Übersicht auf www.but-konto.de
 Login-Daten auf Bewilligungs-Schreiben

Verein über Ende des Leistungsbezugs informieren!
 Welche Kosten übernimmt die OldenburgCard? Zum Beispiel: Vereins-Beträge, Aufnahme-Gebühr. Bitte fragen Sie beim Verein. Wenn Sie keine Leistungen vom Staat mehr bekommen, müssen Sie die Beiträge selber bezahlen. Bitte informieren Sie den Verein!

Oldenburg-Pass

// WAS?
 Ermäßigungen in einzelnen Sport-Vereinen!
 Mehr Infos: www.oldenburg.de/agende21

// WO?
 Bei der Stadt, Bürgerbüro Mitte, gebührenpflichtig

// TIPPS & INFOS
 Gültig für 1 Jahr – siehe Aufdruck auf der Karte. Beantragen Sie rechtzeitig einen neuen Pass!

Sport-Gutscheine

// WAS?
 Monatlich 5€ / 60€ pro Kalenderjahr
 Wer einen Oldenburg-Pass hat, kann zusätzlich Gutscheine beantragen.

// WO?
 Bei der Stadt, Bürgerbüro Mitte

// TIPPS & INFOS
 Schreiben Sie den Namen des Kindes auf den Gutschein!
 Gutscheine können zur Zahlung der Mitglieds-Beträge in Sport-Vereinen genutzt werden. Sie können die Gutscheine beim Verein einreichen. Der Verein rechnet mit der Behörde ab.



Примите к сведению!

Возможно, Ваш ребенок состоит в нескольких спортивных клубах. Возможно, недостаточно средств на счету. Тогда Вы сами должны доплатить недостающую сумму.

Когда Вы будете вступать в спортивный клуб, сообщите, пожалуйста, имеется ли у Вашего ребенка карта Oldenburg-Pass или карта OldenburgCard.



OldenburgCard

// ЧТО?

Ежемесячно 15 € за участие в проекте клуба!

Они списываются непосредственно с карты OldenburgCard. Наличными деньгами оплата не производится.

// ГДЕ?

1. Jobcenter Oldenburg

Получатели пособий в соответствии с SGB II

2. Amt für Bildung und Teilhabe

Получатели пособий в соответствии с SGB XII, жилищного пособия, детского пособия или пособия на основании AsylbLG

// СОВЕТЫ И ИНФОРМАЦИЯ

Напишите фамилию ребенка на карте!
Написание как в официальном документе.

Сведения о состоянии счета на www.but-konto.de

Учетные данные на основании письма-согласия

Проинформируйте клуб об окончании получения социальных пособий!

Какие расходы покрывает карта Ольденбургкард?

Например: клубные взносы, вступительный взнос. Просьба осведомиться в спортивном клубе. Если Вы уже не получаете государственные социальные пособия, то взносы Вы должны платить сами. Просьба проинформировать об этом спортивный клуб!

Oldenburg-Pass

// ЧТО?

Скидки в отдельных спортивных клубах!
Более подробная информация:
www.oldenburg.de/agenda21

// ГДЕ?

В городской администрации, Bürgerbüro Mitte, на платной основе

// СОВЕТЫ И ИНФОРМАЦИЯ

Действительна в течение 1 года – смотри штамп на карте.

Своевременно подайте заявление на получение нового паспорта!

Спортивные ваучеры

// ЧТО?

Ежемесячно 5€ / 60€ за календарный год
У кого есть карта Oldenburg-Pass, тот может дополнительно подать заявку на ваучеры.

// ГДЕ?

В городской администрации,
Bürgerbüro Mitte

// СОВЕТЫ И ИНФОРМАЦИЯ

Напишите фамилию ребенка на карте!

Ваучеры можно использовать как оплату членских взносов в спортклубах. Отдайте ваучеры в клуб. Клуб произведет расчет с ведомство



Uwaga!

Być może Państwa dziecko należy do kilku klubów jednocześnie. W takim przypadku kwota na karcie może okazać się niewystarczająca. Wówczas zobowiązani są Państwo do samodzielnego uregulowania reszty należności. Zapisując się do klubu prosimy o informację, czy Państwa dziecko posiada kartę Oldenburg-Pass lub OldenburgCard.

OldenburgCard

// CO?

15 euro miesięcznie na udział w ofertach klubu!

Kwota ta jest pobierana bezpośrednio z OldenburgCard. Suma nie wypłacana jest w gotówce.

// GDZIE?

1. Jobcenter Oldenburg

Osoby korzystające ze świadczeń zgodnie z SGB II

2. Amt für Bildung und Teilhabe

Osoby korzystające ze świadczeń zgodnie z SGB XII, z dodatku mieszkaniowego, dodatku na dzieci lub ze świadczeń dla osób ubiegających się o azyl (AsylbLG).

// WSKAZÓWKI I INFORMACJE

Prosimy podpisać kartę nazwiskiem dziecka!
Pisownia jak w dokumencie urzędowym

Stan karty można sprawdzić na stronie www.but-konto.de

Dane logowania znajdują się w piśmie zatwierdzającym przyznanie środków.

Prosimy poinformować klub o zakończeniu pobierania świadczeń!

Karta OldenburgCard przejmuję przykładowo składki klubu i opłaty wpisowe. Szczegółowych informacji udziela klub. W przypadku zakończenia wsparcia przez państwo składki należy opłacać samodzielnie. Prosimy poinformować o tym klub!

Oldenburg-Pass

// CO?

Zniżki w poszczególnych klubach sportowych!

Szczegółowe informacje: www.oldenburg.de/agenda21

// GDZIE?

W Urzędzie Miejskim, w Wydziale Spraw Obywatelskich-Centrum, za opłatą.

// WSKAZÓWKI I INFORMACJE

Rok ważności – patrz nadruk na karcie.

Prosimy pamiętać o terminowym złożeniu wniosku o nową kartę!

Vouchery sportowe

// CO?

5 euro miesięcznie / 60 euro rocznie

Osoby posiadające Oldenburg-Pass mogą również składać wnioski o vouchery.

// GDZIE?

W Urzędzie Miasta, w Bürgerbüro Mitte

// WSKAZÓWKI I INFORMACJE

Prosimy podpisać voucher nazwiskiem dziecka!

Vouchery mogą służyć opłaceniu składek członkowskich w klubie sportowym. Voucher można przedłożyć w klubie. Klub rozlicza się z urzędem.



Lütfen Dikkat!

Belki çocuğunuz çeşitli kulüplerde üyedir. Belki Kredi bakiyeniz yeterli değildir. Bu durumda geri kalan ödemeyi kendiniz yapmak zorundasınız.

Bir Kulübe üye olmak istediğinizde, lütfen Çocuğunuzun bir Oldenburg pası kartı veya bir OldenburgCard kartı olup olmadığını belirtiniz.

OldenburgCard

// NEDİR?

Kulüp üyelik aidatlarına katılım payı için ayda 15 €!

Bunlar doğrudan OldenburgCard'dan çekilir. Para peşin olarak ödenmez.

// NEREDE?

1. Jobcenter Oldenburg- İş Kurumu
SGB II kapsamında ödenek alanlar

2. Eğitim ve Katılım Dairesi

SGB XII kapsamında ödenek alanlar, Konut yardımı, çocuk yardımı alanlar veya Sığınmacılar. Yardım Yasası (AsylbLG) uyarınca ödenek alanlar

// TAVSİYELER VE BİLGİLER

Çocuğunuzun adını kartın üzerine yazınız!

Yazım şekli: Resmî belgeler üzerine yazıldığı gibi.

Kredi bakiyenize www.but-konto.de adresinden bakabilirsiniz.

Login-giriş verileri onay yazısındadır.

Kulübünüzü aldığınız ödenek sonlandırıldığında bilgilendiriniz!

OldenburgCard'ın hangi giderleri üstlenmektedir?

Örneğin: Dernek aidat ücretleri, giriş ücreti, Lütfen kulübe sorunuz. Devletten aldığınız ödeneklerin sonlanması durumunda, üyelik aidat ücretlerini kendiniz ödemek zorundasınız. Lütfen kulübü bilgilendiriniz!

Oldenburg Paso Kartı

// NEDİR?

Belirli spor kulüplerinde indirimler!

Daha fazla bilgi için www.oldenburg.de/agenda21

// NEREDE?

Belediye'de, Bürgerbüro Mitte Vatandaşlık Dairesinde, ücretlidir!

// TAVSİYELER VE BİLGİLER

1 yıl geçerlidir - kart üzerindeki tarihe bakınız.

Yeni paso kartı için zamanında başvurunuz!

Spor indirim kuponu

// NEDİR?

Aylık 5 € / her takvim yılı için 60 €

Oldenburg kartınız varsa da, indirim kuponu başvurusunda bulunabilirsiniz.

// NEREDE?

Belediye'de, Bürgerbüro Mitte Vatandaşlık Dairesinde.

// TAVSİYELER VE BİLGİLER

Çocuğunuzun adını indirim Kuponu üzerine yazınız!

İndirim Kuponları spor kulüplerinde üyelik aidatlarını ödemek için kullanılabilir. İndirim kuponlarını kulübe veriniz.

Kulüp ilgili daire ile kendisi hesaplaşır.



Ji kerema xwe balê bidin

Dibe kû zaroka we di çend komelê de endame. Dibe kû balderî ne bes bê. Ji ber vê yekê divê hûn yêr mayî bi xwe bidin.

Demê kû hûn têkvin komelê de, ji kerema xwe diyar bidin kû, gelo zarokê we Oldenburg-Pass anjî OldenburgCard heye, ane.

OldenburgCard

// ÇI?

Mehê 15 € jibona beşdarîya li pêşnihatên komelê!

Ev bi rasterast ji Karta Oldenburgê tê kişandin, Dirav bi dest nayê dayin.

// LÎ KÛ?

1. Navenda kêrpedakirin (Jobcenter)

Gora zagona sosyal ya bi nimra II kesê alikariyê distîne.

2. Maqama perwerdehiyê û têkiliyê

Gora zagona sosyal ya bi nimra XII kesê alikariyê jibona kirya xani, dirav zarokan ya zêde anjî gora zagona penaberan

// NESÎHET & AGHDARÎ

Navê zaroka xwe li ser kartê binivîsin!

Wek di namên fermide binivîsin

Nerîna heyîmê li rûpela www.but-konto.de

Derxistina danê ya nama pêjrandinê

Komelê liser dawîbûna standina alikariyê agahdar bikin!

Kijan mesref ji aliye OldenburgCard ten dayin?

Mînak: Mehaniyên komelê, xercên qeydkirinê.

Ji kerema xwe ji komelê bi pîrsin.

Hekê hûn ji aliye dewletê hedi ti alikariyê nastinin, girîngê hûn van mehaniyan bi xwe bidin.

Ji kerema xwe komelê agahdar bikin.

Oldenburg-Pass

// ÇI?

Erzanî di komelên spore yêr çûda!

Ji bo agahdariyên zêde de: www.oldenburg.de/agenda21

// LÎ KÛ?

Li cem Stadt Oldenburg (Bürgerbüro Mitte), bi dayina xercan

// NESÎHET & AGHDARÎ

Jibona 1 salê derbas dibê - derkirina li ser kartê temaşê bikin.

Tomara Sporê

// ÇI?

Mehê 5 € / 60 € her sal

Kesê kû pasa Oldenburgê heyl, dikare bi zêdayî serî li tomarekê bidê.

// LÎ KÛ?

Li cem Stadt Oldenburg (Bürgerbüro Mitte)

// NESÎHET & AGHDARÎ

Navê zaroka xwe li ser tomare binivîsin!

Ev tomar dikarin jibona dayina mehaniyê endametiye di komelê sporê de bê kêr kirin.

Hûn dikarin van tomaran bidin komelê.

Komelê vê licem maqama fermî hesabê dikê.



بطاقة أولدينبورج

// ماذا؟

15 يورو شهرياً للمشاركة في عروض النادي!
تُخصم هذه العروض مباشرة من بطاقة أولدينبورج (OldenburgCard). لا تُصرف الأموال نقدًا.

// أين؟

1. مكتب العمل في أولدينبورج

منظف المعونات طبقاً للقانون الشؤون الاجتماعية SGB II

2. مكتب التعليم والمشاركة

منظف المعونات طبقاً للقانون الشؤون الاجتماعية SGB XII، أو معونة السكن، أو علاوة الأطفال، أو قانون إعانة طالبي اللجوء AsylbLG

// نصائح ومعلومات

اكتب اسم الطفل على البطاقة!

طريقة الكتابة كما في الوثيقة الرسمية

نبذة حول الرصيد على الموقع
www.but-konto.de

بيانات تسجيل الدخول على خطاب الموافقة

استعلم من النادي عن نهاية العرض الخدمي!

ما هي التكاليف التي تغطيها بطاقة أولدينبورج (OldenburgCard)؟

مثال: اشتراكات النادي، رسوم القبول.

يُرجى الاستفسار من النادي.

إذا لم تعد تحصل على معونات من الدولة، يجب عليك سداد الاشتراكات.

بالتأكيد، يُرجى الاستعلام من النادي!

جواز أولدينبورج (Oldenburg-Pass)

// ماذا؟

خصومات في بعض الأندية الرياضية!
مزيد من المعلومات: www.oldenburg.de/agenda-21

// أين؟

في المدينة، مكتب خدمات المواطنين وسط، برسوم إلزامية

// نصائح ومعلومات

سار لمدة عام - انتظر الطباعة الموجودة على البطاقة.

طُدم طلبًا للحصول على جواز جديد في الوقت المناسب!

القسائم الرياضية (Sport-Gutscheine)

// ماذا؟

5 يورو شهرياً / 60 يورو سنوياً

من لديه جواز أولدينبورج (Oldenburg Pass)، يمكنه أيضًا تقديم طلب للحصول على القسائم.

// أين؟

في المدينة، مكتب خدمات المواطنين وسط

// نصائح ومعلومات

اكتب اسم الطفل على القسيمة!

يُرجى الانتباه!

دعما يكون طلبك في العديد من الأندية ربما لا يكفي الرصيد، ومن لم يُنظر إلى سداد الباقي بنفسك. إذا كنت منضماً إلى النادي، يُرجى أن تقول ما إذا كان طلبك لديه جواز أولدينبورج (Oldenburg-Pass) أو بطاقة أولدينبورج (OldenburgCard).



Spielzeug, Sportgeräte, Kleidung & mehr

SportBox

am Flötensteich

26125 OL

SportBox – app and move

Diakonie-Laden »Blauess Wunder«

Liegnitzer Straße 2

26127 OL

(0441) 36134320

Oldenburger Verschmarkt

Taastruper Straße 4

26123 OL

(0441) 2353246

Peter 39

Peterstraße 22 - 26

26121 OL

(0441) 36180241

Diakonie-Laden »Kunterbunt«

Edewechter Landstraße 80

26131 OL

(0441) 5948751

Diakonie-Laden »Stoffwechsel«

Cloppenburger Straße 313

26133 OL

(0441) 35082380

Soziales Kaufhaus Mehr-Wert

Herrenweg 173

26135 OL

(0441) 4086529



SPIELPLÄTZE & BEWEGUNGSFLÄCHEN





Spielplatz Grundschule Dietrichsfeld, Liegnitzer Straße 37 (B12)



Spielplatz Bürgerfelder Teich, An der Bullwisch 18 (B13)



Spielplätze & Bewegungsflächen



Spielplätze

- A1** **Friedlandstraße 14**
Spielhaus, Federgerät, Wackelboje, Kletterpodest, Schaukel, Rutsche, Hüpfplatte, Reck
- A2** **Schinkelstraße 44**
Spielhaus, Spielkombination, Federgerät, Wippe, Schaukel, Rutsche, Reck
- A3** **Amsterdamer Ring 30**
Spielhaus, Spielkombination, Schaukel
- A4** **Spreenweg 6**
Federgerät, Reifenschwinger
- A5** **Großer Bürgerbusch**
Spielhaus, Wippe, Wackelboje, Schaukel, Rutsche, Drehscheibe, Holztiere
- A6** **Wilkenweg 33**
Spielkombination, Federgerät, Wackelboje, Schaukel, Rutsche
- B7** **Brookweg/
gegenüber BBS Wechloy**
Reifenschwinger, Karussell, Rutsche, Balancierbalken
- B8** **An der Bäke 8A**
Federgerät, Schaukel, Wasserspiel
- B9** **Insterburger Straße 16**
Spielkombination, Wippe, Rutsche
- B10** **Wäldchen Vahlenhorst
Johann-Justus-Weg**
Spielkombination, Federgerät, Wippe, Wackelboje, Schaukel, Balancierbalken, Reck
- B11** **Grundschule Babenend
Babenend 17**
Spielkombination, Kletterpodest, Schaukel, Reifenschwinger, Reck, Drehbalken
- B12** **Grundschule Dietrichsfeld
Liegnitzer Straße 37**
Spielkombination, Wippe, Kletterpodest, Schaukel, Sprunganlage, Seilzirkus, Balancierbalken, Wackelbrücke, Reck, Wasserspiel, Hängematte
- B13** **Bürgerfelder Teich
An De Bullwisch 18**
Spielhaus, Federgerät, Schaukel, Rutsche, Wackelbrücke, Bagger
- B14** **Friedrich-August-Platz**
Spielkombination, Federgerät, Wippe, Schaukel, Reck, Drehscheibe, Bagger

Spielplätze & Bewegungsflächen



Fußball- und Basketballplatz, Babenend 17 (B11)



Fußballplätze

- A2** Schinkelstraße 44
- A5** Großer Bürgerbusch
- B11** Grundschule Babenend Babenend 17
- B14** Friedrich-August-Platz



Basketballplätze

- A2** Schinkelstraße 44
- B7** BBS Wechloy Am Heidbrook 10
- B11** Grundschule Babenend Babenend 17
- B14** Friedrich-August-Platz



Spielplätze & Bewegungsflächen



Tischtennisplatten

- A5** Großer Bürgerbusch
- B11** Grundschule Babenend Babenend 17
- B14** Friedrich-August-Platz

Sonstiges

- A2** Rodelhügel Schinkelstraße 44 
- A5** Trimm-Park Großer Bürgerbusch 
- A5** Rodelhügel Großer Bürgerbusch 
- B10** Rodelhügel Wäldchen Vahlenhorst Johann-Justus-Weg 4 
- B15** Beachvolleyball-Platz BTB e.V., Alexanderstr. 207 



Trimm-Park, Großer Bürgerbusch (A5)

Auf den nächsten Seiten stehen Informationen zu Sportvereinen in Bürgerfelde/Dietrichsfeld.

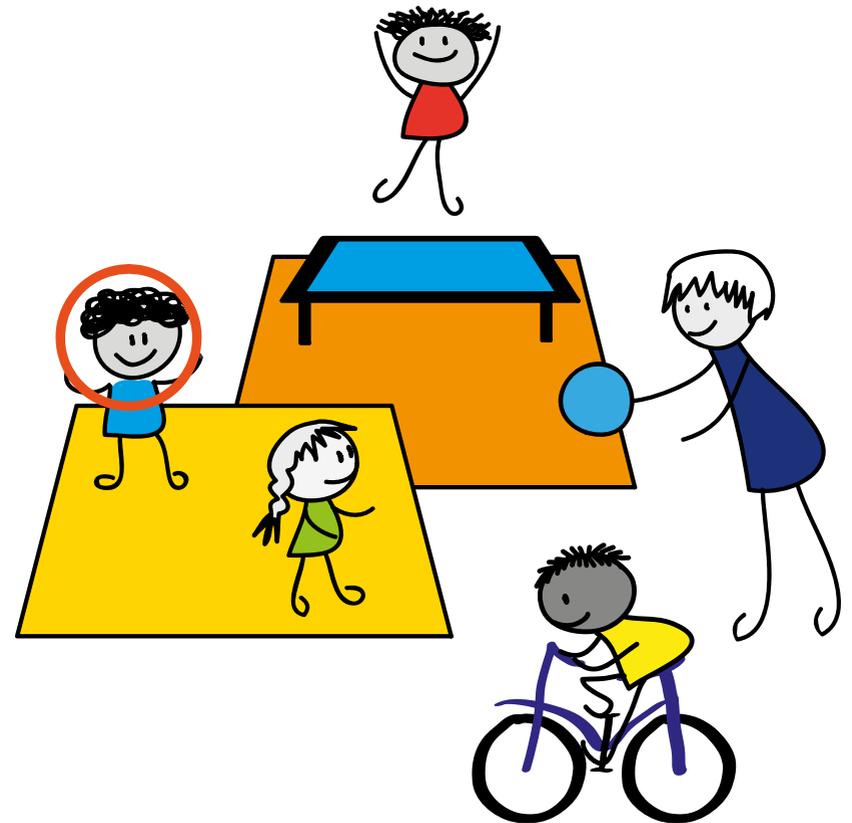
Die Vereine bieten kostenfreie Stunden zum Ausprobieren der Angebote an. Die Kosten für eine Mitgliedschaft im Verein sind unterschiedlich. Oft werden ermäßigte Beiträge für Kinder, Jugendliche, Auszubildende, Studenten und Familien angeboten (siehe auch Seiten 10 - 16).

Bitte kontaktiert für weitere Informationen den jeweiligen Verein.

Alle Angaben sind ohne Gewähr!



SPORTVEREINE & ANGEBOTE





Backyard e.V.
 Verein für Skateboard und BMX
 Alexanderstraße 488, 26127 OL
 (0441) 35027374
moin@skatehalle-oldenburg.de
www.skatehalle-oldenburg.de

Allgemeine Informationen

- Einer der größten Vereine für BMX und Skateboard in Deutschland
- Indoor-Fläche von 1.800 m²
- Verleih von Equipment
- Barrierefrei (Rollstuhlgerechtes WC)

Bewegungsangebote

- Freies Fahren
- Einzel- und Privattraining
- Workshops für Schulen und andere Institutionen
- Geburtstags-Workshops
- Girlsday



Bürgerfelder Turnerbund e.V. (BTB)
 Alexanderstraße 207, 26121 OL
 (0441) 809930
moin@btb-oldenburg.de
www.btb-oldenburg.de

Allgemeine Informationen

- Vereinsgelände mit Turnhallen, Sportplatz, Beachvolleyball-Platz
- Vereinssport & Kursangebote auch für Nicht-Mitglieder
- Öffentliches Schwimmbad
- Bewegungsstudio B2
- Physiotherapie
- Rehasport & Funktionstraining
- Sauna
- Gastronomie »Urbar«
- Kooperationspartner Ganztags Grundschule Dietrichsfeld

Bewegungsangebote

- Einrad & Jonglieren, Geräteturnen, Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen, Rhythmik & Rhythmische Sportgymnastik
- Ballett, Cheerleading, Hip-Hop, Jazz, Kindertanz, Paartanz, Tanz der Kulturen
- Badminton, Basketball, Faustball, Fußball, Handball, Volleyball
- Laufen, Nordic-Walking, Walking, Wandern
- Leichtathletik
- Sportabzeichen



- Pilates, Stretching, Qi Gong, Yoga
- Bodystyling, Fitness & Ausdauer, Hockergymnastik, Mutter-Kind-Fitness, Rückengymnastik, World-Jumping
- Herzsport, Rehasport & Funktions-training (Gymnastik, im Wasser), T-Rena
- Schwimmkurse, Baby- & Kleinkindschwimmen, Aqua-Fit, Aqua-Fit für Schwangere, Aqua-Jogging, Aqua-Rückenfit
- Schauspieltraining





-  **Verein zur Förderung des Freizeitsports e.V. Spielmobil Spielefant und Fips Reisen**
-  Hagelmannsweg 98, 26127 OL
-  (0441) 504228 (Spielefant)
(0441) 507003 (Fips Kanu & Reisen)
-  kontakt@spielefant.com
info@kanutouren-ol.de
info@fips-reisen.de
-  www.spielefant.com
www.kanutouren-ol.de
www.fips-reisen.de



-  **Allgemeine Informationen**
- Über 30 Jahre Erfahrung
- Spielaktionen in ganz Deutschland (z.B. am Weltkindertag)
- Planung und Durchführung von Kanutouren auf der Hunte
- Organisation und Durchführung von Schulschifahrten und Skireisen mit Skiverleih und -service

-  **Bewegungsangebote**
- Spielaktionen/Spielspektakel für Jung und Alt
- Spielgeräteverleih
- Ferienpassaktionen
- GPS-Touren
- Programm „Kids Aktiv“
- Projekt „Grenzenlos Spielen – Spielmobile an Flüchtlingsunterkünften“
- Projekt „Kultur macht stark“
- Kanutouren für Familien, Kindergeburtstage, Schulausflüge, Jugendtouren, Betriebs- und Vereinsausflüge
- Ski -und Snowboardreisen



-  **Stadt Sport Bund Oldenburg e.V. (SSB)**
-  Peterstraße 1/Gartenhaus
-  0441-15384
-  geschaefsstelle@ssb-oldenburg.de
-  www.ssb-oldenburg.de

-  **Allgemeine Informationen**
- Interessensverband für Sportvereine
- Über 100 Mitglieds-Sportvereine
- Kooperation mit städtischer Sportverwaltung, Politik, Wissenschaft, Bildungsinstitutionen, gemeinnützigen Organisationen, Krankenkassen
- Professionelles Verbandsmanagement
- Entwicklung von nachhaltigen Strukturen
- Aktive Beteiligung in Netzwerken
Beratung von Ehrenamtlichen im Sport

-  **6-Punkte Programm von SSB und Sportverwaltung:**
- 1. Vereine der Zukunft (Struktur- und Organisationsentwicklung)
- 2. Weiterentwicklung von Sport- und Bewegungsräumen
- 3. Kinder- und Jugendsport (Bildung, Erziehung und Integration)
- 4. Sport und Gesundheit (Prävention)
- 5. Sport und Stadtimage (Leistungs- und Spitzensport, Profisport als Leuchttürme der Stadt)
- 6. Breitensport und Sport ohne Vereinsbindung

-  **Bewegungsangebote**
- Vereinsangebote in Oldenburg:
www.vereinskompass.de





EINRICHTUNGEN & ANGEBOTE





Freizeitstätte Bürgerfelde (FST)

Alexanderstr. 209, 26121 OL
(0441) 8850508

fst-buergerfelde@stadt-oldenburg.de
www.oldenburg.de

Allgemeine Informationen

- Soziale Arbeit im Stadtteil
- Einrichtung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 6 und 27 Jahren
- Schwerpunkt: künstlerische Freizeitgestaltung wie Musik, Kreativarbeiten und Bewegungskunst

Bewegungsangebote

- Tanzen
- Fußball
- Kicker
- Billard
- Darts
- Tischtennis
- Frisbee
- Bewegungsspiele



Gemeinwesenarbeit (GWA) Stadtteiltreff Dietrichsfeld

Alexanderstraße 331, 26127 OL
(0441) 5707892

gwa-dietrichsfeld@stadt-oldenburg.de
www.oldenburg.de

Allgemeine Informationen

- Nachbarschaftshaus und Treffpunkt für die Menschen im Stadtteil
- Stadtteil-Café & Sprach-Café
- Café mit Kinderwagen (0 - 1 Jahr) & Café mit Bobbycar (1 - 3 Jahre)
- Beratung & Unterstützung
- Kursangebote für Kinder, Familien, Frauen und Seniorinnen: Sprache, Sport, Kreatives, Musik und mehr
- Frauengruppen & Gesprächskreise
- Integrationslotsen-Vermittlung & Ehrenamts-Beratung

- Internationale Angebote
- Büchertauschbörse
- Repair Café
- Freizeitaktivitäten, Ausflüge & Feste

Bewegungsangebote

- Freie Nutzung des Bewegungsraums
- Nordic Walking
- Seniorengymnastik
- Yoga

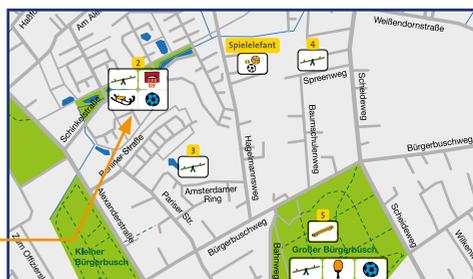


Auf den nächsten Seiten befinden sich zwei Karten. Hier sind alle Bewegungsflächen und Bewegungsanbieter verzeichnet:

Karte A
Karte B



Die Spielplätze & Bewegungsflächen haben eine Bezeichnung mit dem Buchstaben A oder B und einer Nummer. Hat ein Spielplatz die Nummer A2, so befindet sich dieser auf der Karte A mit der Zahl 2.



Legende:

<p>Spielplatz</p>	<p>Basketballplatz</p>
<p>Tischtennisplatte</p>	<p>Fußballplatz</p>
<p>Trimm-Park</p>	<p>Beachvolleyball-Platz</p>
	<p>Rodelberg</p>

STADTTEILKARTEN BÜRGERFELDE/DIETRICHSFELD

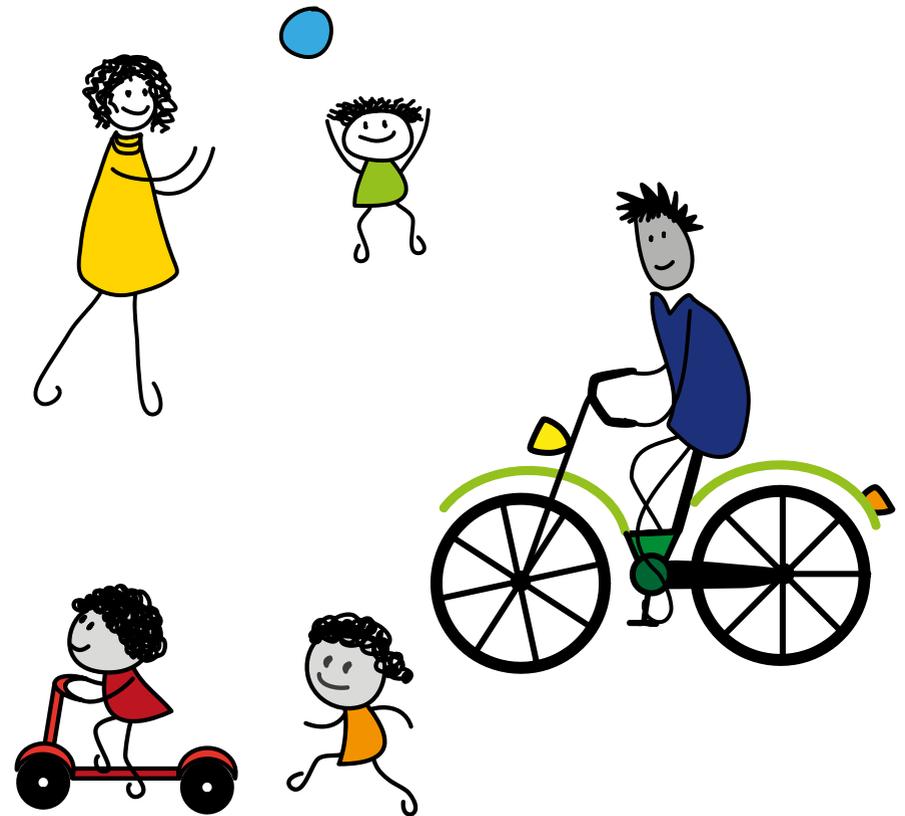








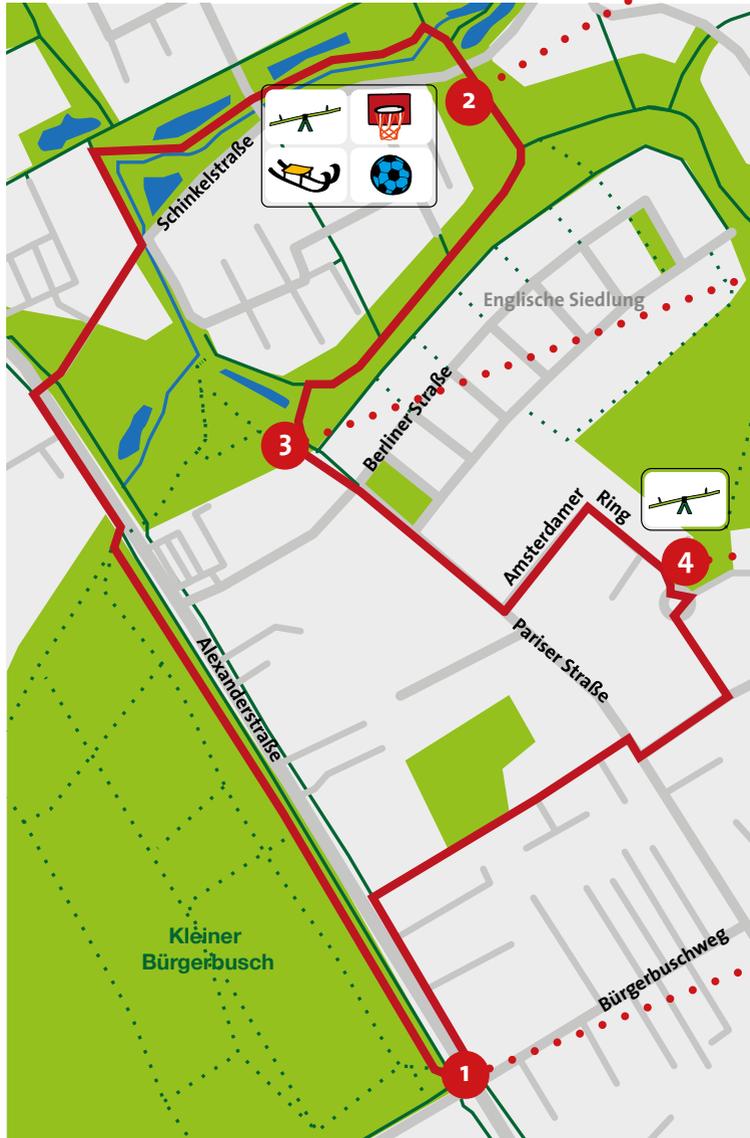
STADTTEILTouREN BÜRGERFELDE/DIETRICHSFELD





Gehtour 1: Bürgerfelde Nord

Start und Ziel: Kleiner Bürgerbusch, Alexanderstraße/Brookweg
Länge: 2,3 km
Dauer: ca. 1 Stunde (ohne Pause)



Spielplatz Schinkelstraße

Bewegungsideen:

1. Hängt euch an die Reckstange und haltet euch solange ihr könnt.
2. Macht Weitsprung im Sand.



Kleines Wäldchen Berliner Straße

Bewegungsideen:

1. Klettert und schwingt an den Lianen.
2. Sammelt große Stöcker und baut eine Hütte.



Spielplatz Amsterdamer Ring

Bewegungsideen:

1. Rennt im Slalom unter dem Turm herum.
2. Klettert alle Aufgänge zum Turm hinauf.



Kleiner Bürgerbusch

Bewegungsideen:

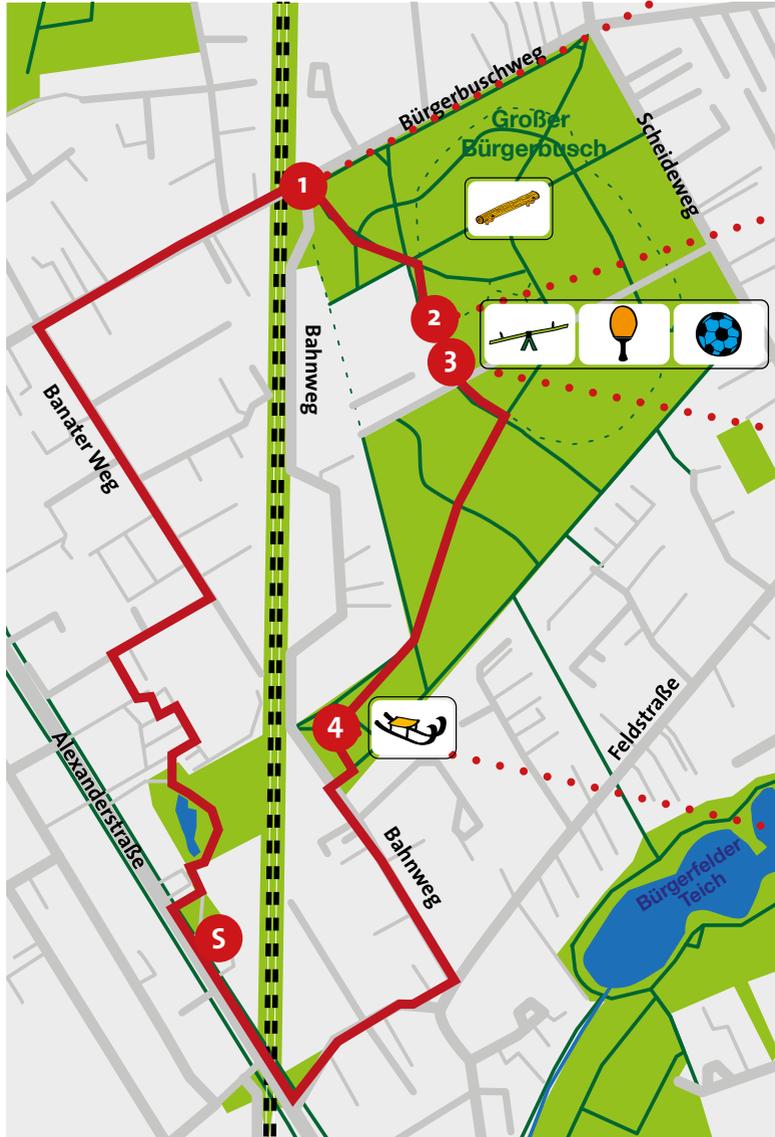
1. Bewegt euch von einem zum anderen Baum auf unterschiedliche Weise. Beispiel: auf Zehenspitzen laufen, seitlich laufen, rückwärts laufen, tanzen.
2. Rennt zwischen zwei Bäumen hin und her.





Gehtour 2: Großer Bürgerbusch

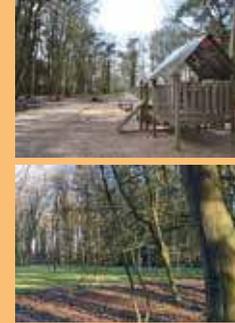
Start und Ziel: Kita Dietrichsfeld, Alexanderstraße 300
Länge: 2,8 km
Dauer: ca. 1 Stunde 15 Minuten (ohne Pause)



Eingang Großer Bürgerbusch

Bewegungsideen:

1. Rennt auf der Stelle.
2. Boxt mit den Armen im Wechsel kräftig nach vorne.



Spiel- & Fußballplatz

Bewegungsideen:

1. Flattert wie ein Vogel mit den Armen so schnell wie möglich und läuft herum.
2. Stampft wie ein Elefant mit den Beinen kräftig auf den Boden.
3. Geht wie ein Bär auf den Händen und Füßen langsam herum.

Beine-Baumel-Bank

Bewegungsideen:

1. Klettert auf die Bank und springt herunter.
2. Balanciert auf der Bank von einem zum anderen Ende.



Reifen auf dem Rodelhügel

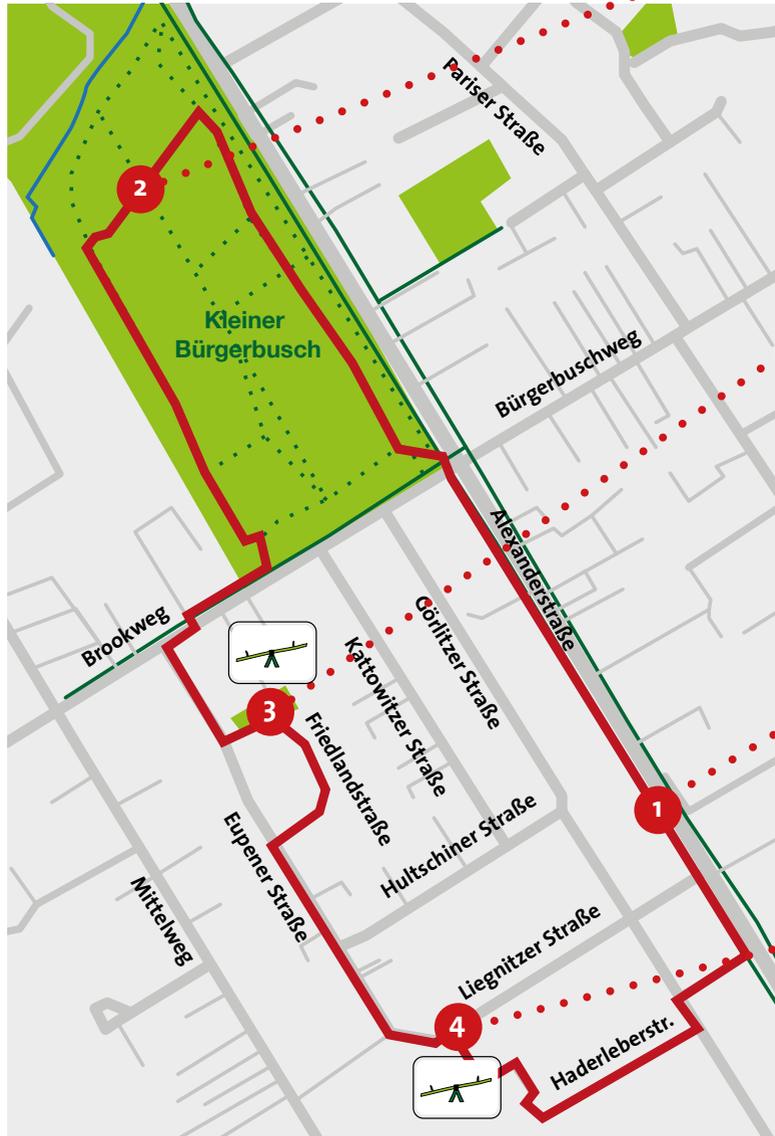
Bewegungsideen:

1. Geht den Hügel hinauf und steigt über alle Reifen herüber.
2. Lauft im Slalom um die Reifen den Hügel hinauf und herunter.



Gehtour 3: Kleiner Bürgerbusch

Start und Ziel: Stadtteiltreff Dietrichsfeld, Alexanderstraße 331
Länge: 2,3 km
Dauer: ca. 1 Stunde (ohne Pause)



Kleiner Bürgerbusch

Bewegungsideen:

1. Spielt zwischen den Bäumen verstecken.
2. Macht ein Wettrennen den Weg entlang.

Spielplatz Friedlandstraße

Bewegungsideen:

1. Hüpfte wie ein Frosch von Baustumpf zu Baumstumpf.
2. Geht gemeinsam rutschen.



Stadtteiltreff Dietrichsfeld

Bewegungsideen:

1. Kreist die Arme vorwärts und rückwärts.
2. Zieht die Knie im Wechsel zum Bauch.

Spielplatz Grundschule Dietrichsfeld

Bewegungsideen:

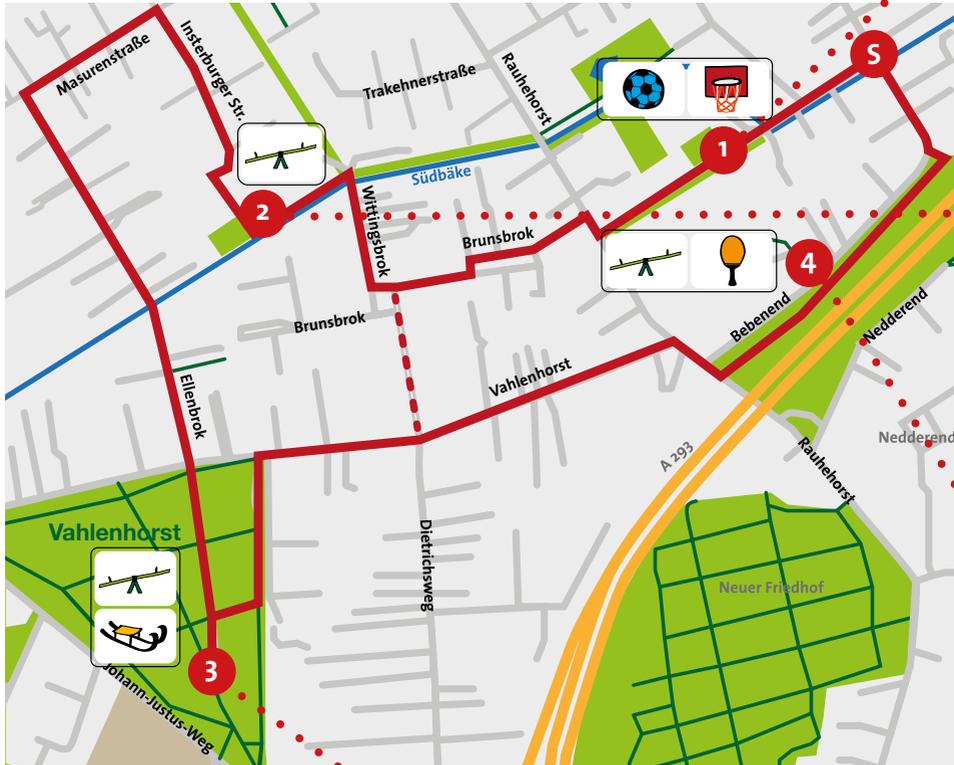
1. Balanciert auf dem Balken rund um den Sandkasten.
2. Hier könnt ihr auf die Bäume klettern.





Gehtour 4: Wäldchen Vahlenhorst

Start und Ziel: Kita Babenend, Maria-Montessori-Straße 16
Länge: 3,2 km
Dauer: ca. 1 Stunde 15 Minuten (ohne Pause)



Spielplatz Wäldchen Vahlenhorst
Bewegungsideen:
 1. Zählt die Vogelhäuser im Wald.
 2. Rollt euch liegend vom Hügel hinunter.

Sportplatz Babenend

Bewegungsideen:

1. Lauft wie ein Pinguin von einem zum anderen Tor.
2. Hüpfst wie ein Känguru über den Sportplatz.
3. Rennt wie ein Löwe von einer zur anderen Seite.



Spielplatz Insterburger Straße

Bewegungsideen:

1. Balanciert auf den Steinen um den Spielplatz herum.
2. Stellt euch im breiten Stand auf die Wippe und bringt sie in Bewegung.



Grundschule Babenend

Bewegungsideen:

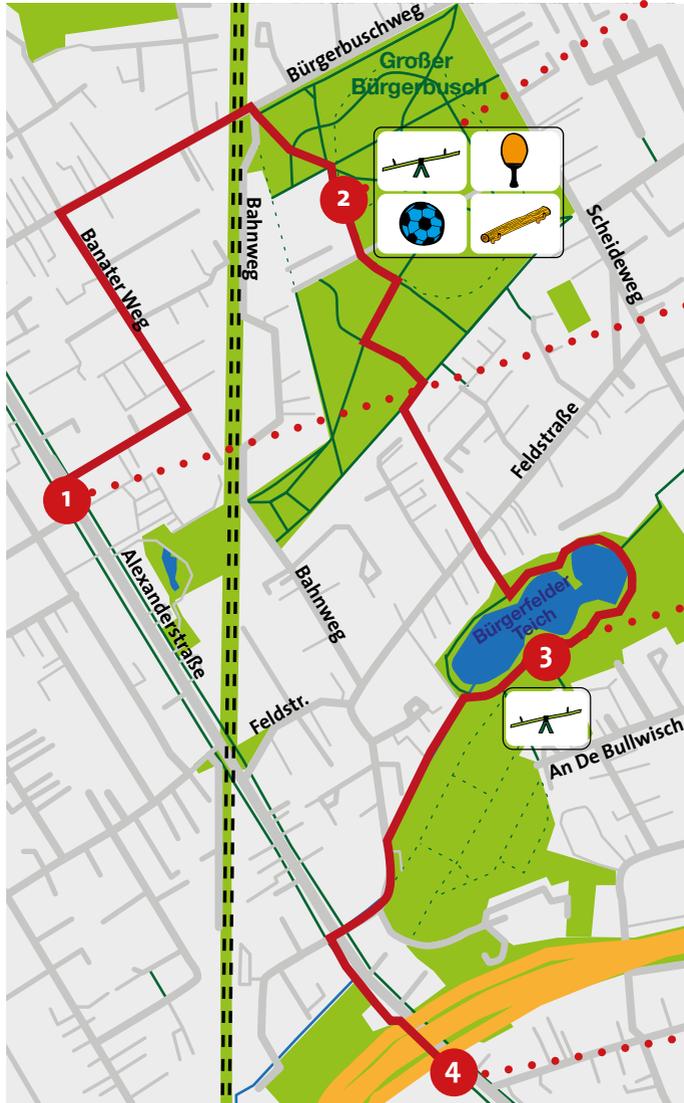
1. Lauft rückwärts den Weg entlang.
2. Rennt im Sand um die Spielgeräte herum.





Radtour 1: Großer Bürgerbusch & Bürgerfelder Teich

Start: Stadtteiltreff Dietrichsfeld, Alexanderstraße 331
 Ziel: Bürgerfelder Turnerbund e.V., Alexanderstraße 207
 Länge: 3,3 km
 Dauer: ca. 30 Minuten (ohne Pause)



**Spielplatz
 Großer Bürgerbusch**
 Macht eine Pause und läuft unter dem großen Zebra hindurch.



Stadtteiltreff Dietrichsfeld
 Ihr könnt den Bewegungsraum des Stadtteiltreffs nutzen.



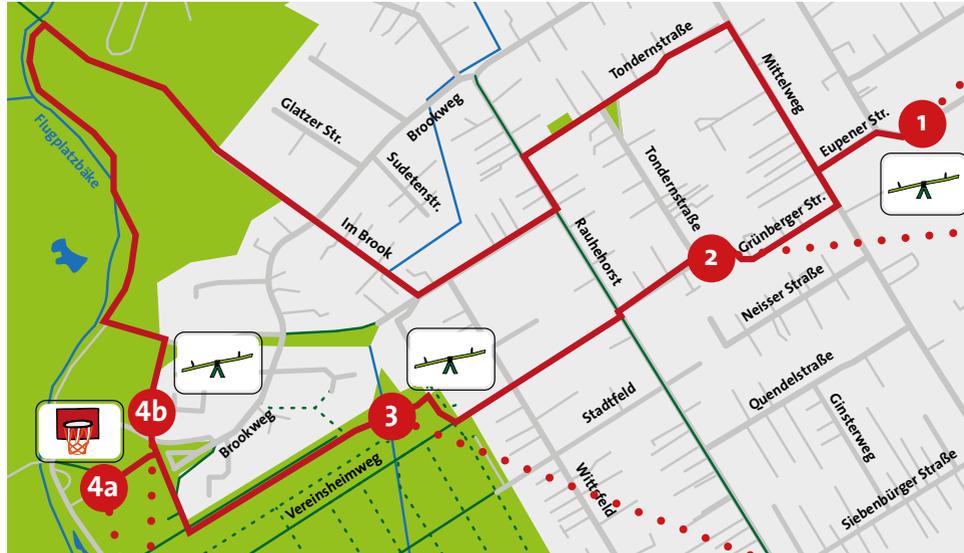
**Spielplatz
 Bürgerfelder Teich**
 Macht eine Pause und läuft über die Hängebrücke.



Bürgerfelder Turnerbund e.V.
 Ihr könnt euch hier über unterschiedlichste Sportangebote informieren, den öffentlichen Beachvolleyball-Platz nutzen und das Schwimmbad besuchen.



Start und Ziel: Grundschule Dietrichsfeld, Liegnitzer Straße 37
Länge: 4 km
Dauer: ca. 45 Minuten (ohne Pause)



Grundschule Dietrichsfeld
 Ihr könnt den öffentlichen Spielplatz der Schule besuchen.

**Schleichweg zwischen
Grünberger Straße &
Tondernstraße**
 Fahrt durch die Häuser und
dann immer geradeaus.



Basketballplatz BBS Wechloy & Spielplatz Brookweg
 Macht eine Pause und kommuniziert über die roten Flüsterrohre.

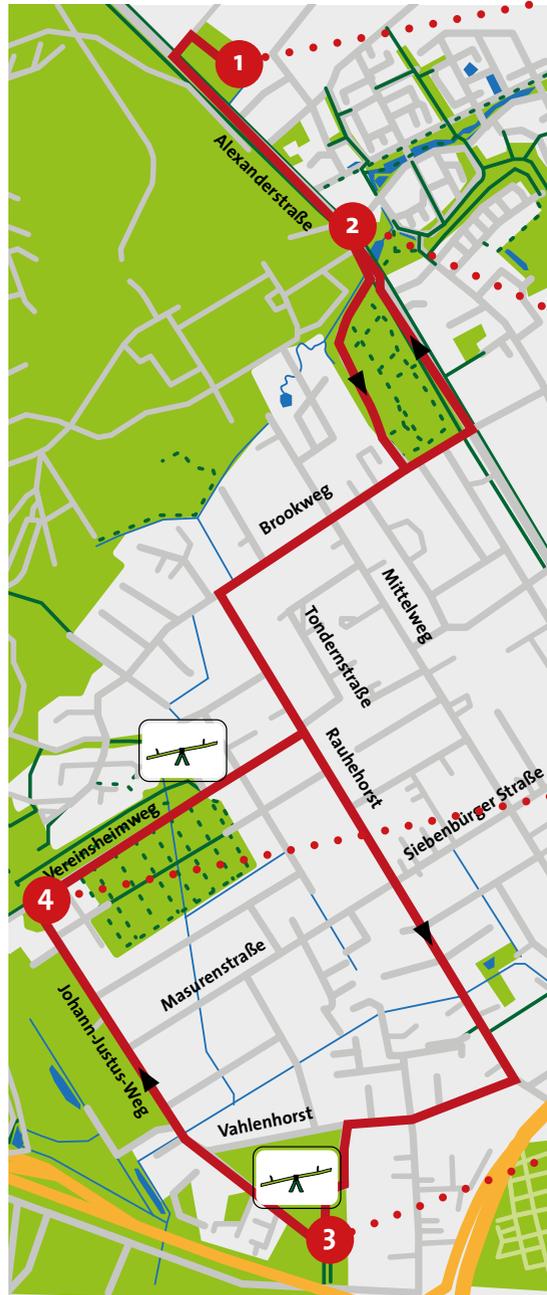


**Brücke an der
Gartenkolonie**
 Steigt ab und schaut
nach Tieren im Bach.



Radtour 3: Wäldchen Vahlenhorst

Start und Ziel: Backyard e.V. -
BMX Skatehalle Oldenburg,
Alexanderstraße 488
Länge: 8,5 km
Dauer: ca. 1 Stunde
(ohne Pause)



Backyard e.V.

Ihr könnt hier unterschiedliche Angebote für BMX und Skateboard buchen.



Fliegerhorst

Steigt ab und sucht den alten Gedenkstein.

Kleingartenanlage Stadtfeld e.V.

Ihr könnt in der Gaststätte mit Biergarten etwas Trinken und Essen.



Spielplatz Wäldchen Vahlenhorst

Macht eine Pause und rennt den Hügel rauf und runter.

3F - Fit for Family ist ein Gemeinschaftsprojekt der Niedersächsischen Kinderturnstiftung und KKH Kaufmännische Krankenkasse. Die Bewegungsförderung in Familien ist unser Ziel. Das Projekt wird derzeit an ausgewählten Standorten nach den jeweiligen Bedarfen entwickelt.

Familien und Multiplikator*innen können bei uns kostenfreie Bewegungsmaterialien bestellen. Zudem stellen wir viele Anregungen und Handreichungen zur alltäglichen Bewegung auf unserer Webseite zur Verfügung. Auch in den Sozialen Medien veröffentlichen wir regelmäßig aktuelle Informationen und frische Bewegungsideen.

Für weitere Informationen besucht unsere Webseite 3f-fitforfamily.de.
Bei Fragen kontaktiert uns gerne per E-Mail über info@3f-fitforfamily.de.

Geschäftsstelle 3F – Fit for Family
Niedersächsische Kinderturnstiftung

Maschstraße 18
30169 Hannover

info@3f-fitforfamily.de
(0511) 980 97 55

www.3f-fitforfamily.de



Ein Gemeinschaftsprojekt von

